



# Le Jeu long

## Recherche de la profondeur et des espaces libres.

Fondamentaux tactiques >>> Fondamentaux offensifs >>> Le Jeu long.

**L**E style British a vécu. Le kick and rush qui consiste à "balancer" de longs ballons devant a beaucoup évolué, même si nous le retrouvons parfois sur les terrains amateurs le week-end. Aujourd'hui, le jeu long est précis et s'insère dans une stratégie pour déstabiliser l'équipe adverse.

### 1- LES PRINCIPES DE JEU POUR LE JEU LONG.

1) Préalable : une maîtrise technique et un développement de la prise d'informations.

Une passe longue précise est un geste technique difficile qui demande à être travaillé (positionnement des appuis, amplitude et équilibre du corps...) Il ne suffit pas de frapper fort dans un ballon à l'arrêt. Elle doit à terme être coordonnée à un enchaînement complexe : conduite tête haute pour prendre l'information dans l'espace lointain, suivie d'une frappe tendue et précise. Voir vite et loin s'apprend à travers diverses situations que nous allons détailler plus loin.

2) Créer de l'incertitude chez l'adversaire :

C'est un des principes de jeu de l'animation offensive. La recherche de l'alternance jeu court/ jeu long va dans ce sens.

3) Jouer dans un espace libre :

Une succession de passes courtes attire et fixe plusieurs joueurs adverses et leur bloc équipe. Le jeu long permet ensuite de sauter les lignes de défense et d'atteindre les espaces laissés libres. Ces derniers peuvent se situer dans la profondeur (dans le dos de l'adversaire) ou sur un côté (renversement et utilisation de la transversale). Néanmoins pour que l'action soit efficace, elle doit être synchronisée avec des appels appropriés.

ATTENTION : la transversale pour le renversement doit être jouée en diagonale plutôt que latéralement (danger d'interception!!).

4) Un style direct :

Utiliser le jeu long peut faire partie d'une stratégie notamment lorsqu'elle est couplée à un bloc bas. Jouer la contre-attaque demande alors à la récupération du ballon de se projeter rapidement vers l'avant en recherchant la verticalité du jeu pour profiter de la désorganisation de l'équipe adverse.

L'entraîneur qui met en place cette stratégie doit posséder des attaquants rapides et puissants capable de "dévorer" l'espace et/ou un avant-centre grand de taille capable de récupérer les ballons aériens ou de les dévier.

5) Une solution en cas de danger :

Lorsqu'un joueur est pressé par l'adversaire et risque de perdre le ballon notamment en zone défensive, il peut ou doit utiliser le jeu long s'il n'a pas d'autres solutions courtes afin d'écarter le danger.

Le jeu long permet également d'amener le jeu dans le camp de l'adversaire et de le maintenir sous pression.

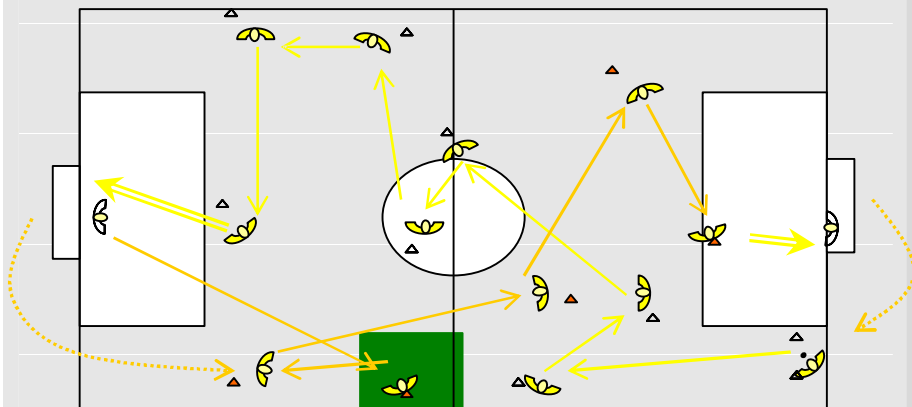
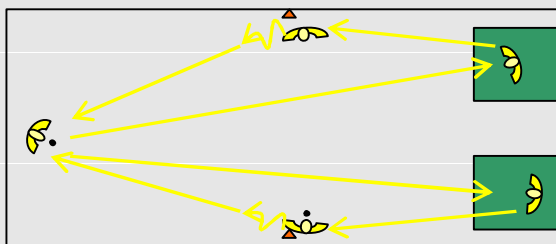
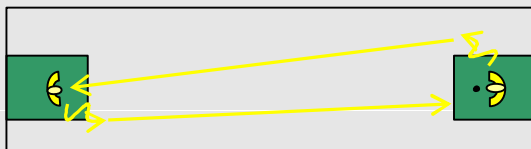
## 2- SITUATIONS D'ENTRAINEMENT AU JEU LONG.

NB : Toutes les situations peuvent être réalisées en travers sur un terrain à 7 ou sur un terrain à 11 selon votre effectif.

Situation 1 Diverses situations analytiques pour travailler les passes longues.

Objectif : la frappe pour une passe longue précise.

Objectif secondaire : contrôles orientés – conduites ;



Consignes :

- Le joueur met son ballon en mouvement en dehors du carré et transmet par une passe aérienne (tendue ou planante) en visant le carré à son partenaire qui contrôle et enchaîne.
- Circuit à 3.
- Circuit : passes longues suivies d'une courte et contrôles orientés sous forme de passe et suit.

Critères de réussite/Buts :

- la passe longue arrive sans rebond à son destinataire.

Critères de réalisation/Corrections :

[Ce qu'il y a à apprendre : cf principes généraux](#)

**Pour les porteurs du ballon**

Æ frapper toujours un ballon en mouvement

Æ enchaîner contrôle et passe.

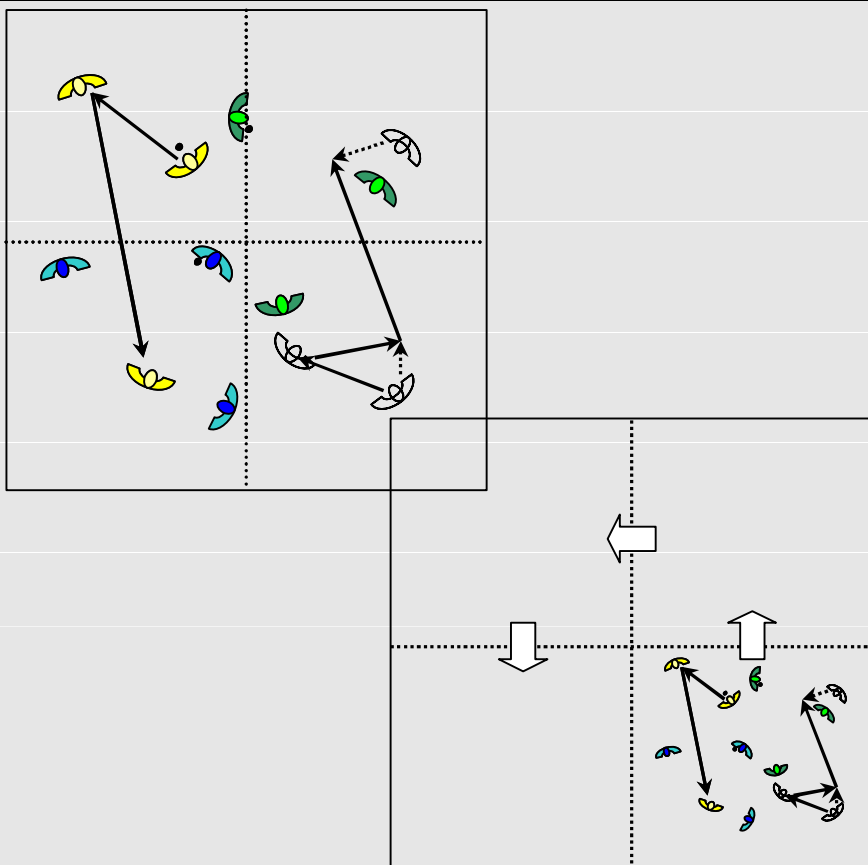
Æ comment frapper un ballon pour obtenir une trajectoire tendue et précise ?

critères de réalisation cf rubrique technique.

Situation 2 Echauffement ou travail technique.

Objectif : Alternance jeu court/jeu long

Objectif secondaire : contrôles orientés – conduites - appels



Consignes :

Par 3 (4 ou 5 joueurs) : chaque groupe échange le ballon en évitant les autres groupes.

Après 4 passes dans une zone, obligation de jouer long dans une autre zone.

Critères de réussite/Buts :

- la passe longue arrive sans rebond à son destinataire.

Critères de réalisation/Corrections :

[Ce qu'il y a à apprendre](#) : cf principes généraux

**Pour les porteurs du ballon**

Æ enchaîner rapidement contrôle ou passe.

Æ voir loin et vite (lire les appels.)

**Pour les non-porteurs :**

Æ se démarquer dans le bon timing (lorsque le porteur contrôle puis lève la tête)

Æ effectuer un appel en profondeur en regardant le porteur (arc de cercle, diagonale.)

Variantes

Æ 4 groupes de 3 ou 4 joueurs.

Les 4 groupes doivent changer de zone dans l'ordre des flèches.

Pour pouvoir changer de zone, tous les joueurs doivent avoir touchés 2 fois minimum le ballon et tous les groupes doivent être dans le carré.

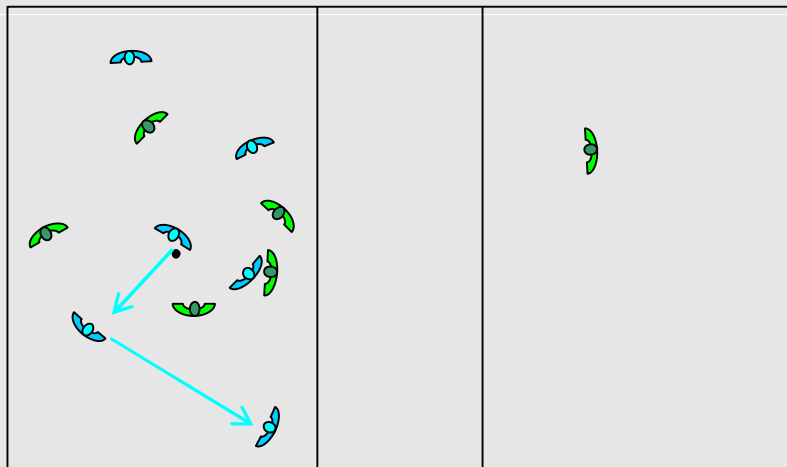
Le jeu se fait en 2 ou 3 touches de balle.

Æ Sous forme de course, le 1<sup>er</sup> groupe qui traverse les 4 carrés a gagné. Si le ballon sort ou touche un joueur d'un autre groupe, retour au départ.

Situation 3 Jeu long pour renverser le jeu.

Objectif : Alternance jeu court/jeu long

Objectif secondaire : contrôles orientés – conduites - appels



Consignes :

2 équipes de 6 joueurs.

L'équipe verte qui n'a pas le ballon doit laisser un joueur dans la zone opposée.

Dès qu'elle récupère le ballon, elle joue long sur le partenaire laissé seul et tous les joueurs basculent dans sa zone sauf un adversaire bleu.

Critères de réussite/Buts :

- l'équipe arrive à enchaîner 2 allers-retours pour marquer un point.

Critères de réalisation/Corrections :

[Ce qu'il y a à apprendre : cf principes généraux](#)

**Pour les porteurs du ballon**

Æ enchaîner rapidement contrôle ou passe.

Æ voir loin et vite (lire les appels.)

**Pour les non-porteurs :**

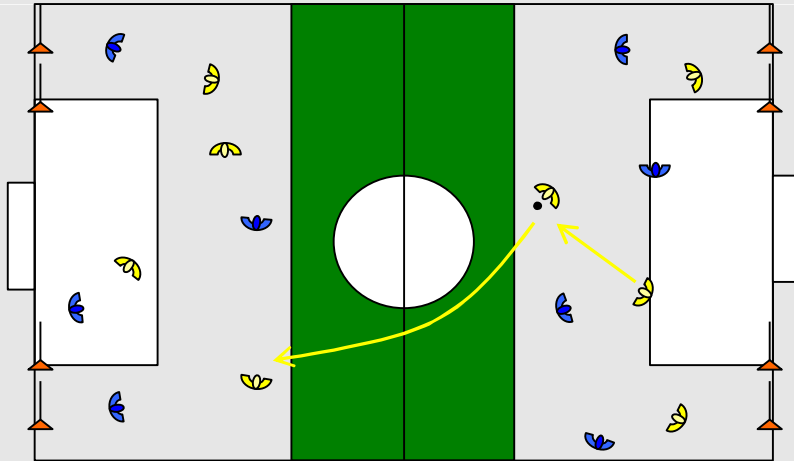
Æ se démarquer dans le bon timing (lorsque le porteur contrôle puis lève la tête)

Æ effectuer un appel court ou en profondeur en regardant le porteur (arc de cercle, diagonale, décrochage...)

Situation 4 Jeu long vers l'avant et/ou en renversement.

Objectif : Alternance jeu court/jeu long

Objectif secondaire : contrôles orientés – conduites - appels



Mise en place :

2 équipes de 8 joueurs.

Matériel :

Coupelles de repères pour délimiter les limites et le couloir central.

Source de ballons derrière les buts.

Séries/Répétitions:

6mn par séquence.

Consignes :

2 zones séparées par une zone centrale interdite aux joueurs.

Le ballon ne peut pas toucher le sol dans la zone centrale

4c4 dans chaque zone.

Chaque équipe marque et défend 2 buts.

Critères de réussite/Buts :

- Marquer le maximum de buts.

Critères de réalisation/Corrections :

[Ce qu'il y a à apprendre : cf principes généraux](#)

**Pour les porteurs du ballon**

Æ enchaîner rapidement contrôle ou passe.

Æ voir loin et vite (lire les appels.)

**Pour les non-porteurs :**

Æ se démarquer dans le bon timing (lorsque le porteur contrôle puis lève la tête)

Æ effectuer un appel court ou en profondeur en regardant le porteur (arc de cercle, diagonale, décrochage...)

Variantes :

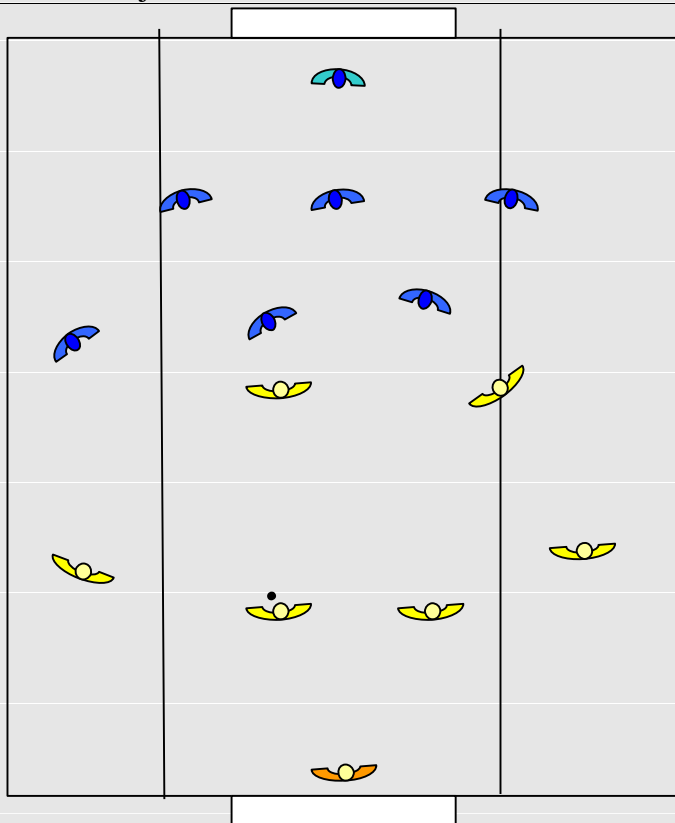
Æ La zone centrale peut être traversée par les joueurs. Mais le ballon ne peut y être joué.

Æ Augmenter le nombre de joueurs.

Situation 5 Les 3 couloirs de jeu : transversales.

Objectif : Alternance jeu court/jeu long

Objectif secondaire : contrôles orientés – conduites - appels



Mise en place :

2 équipes de 6 et 2 gardiens.

Matériel :

Coussinets de repères pour délimiter les limites et les couloirs..

Source de ballons derrière les buts.

Séries/Répétitions:

6mn par séquence.

Consignes :

Deux équipes s'affrontent.

Jeux libres dans les couloirs. 3 touches dans l'axe central.

L'équipe qui défend a l'obligation de libérer le couloir opposé au porteur adverse.  
(ex : le porteur est à droite, l'équipe qui défend doit basculer de ce côté et libérer son côté droit).

Critères de réussite/Buts :

- Amener le ballon devant le but une possession sur trois.

Critères de réalisation/Corrections :

[Ce qu'il y a à apprendre : cf principes généraux](#)

**Pour l'équipe qui attaque**

Æ enchaîner rapidement contrôle ou passe.

Æ voir loin et vite (lire les appels.)

Æ se démarquer dans le bon timing (lorsque le porteur contrôle puis lève la tête)

Æ être patient, faire tourner rapidement le ballon pour prendre de vitesse la défense.

Æ écarter le jeu.

Æ fixer d'un côté et renverser le jeu puis accélérer sur ce côté pour profiter de l'espace.

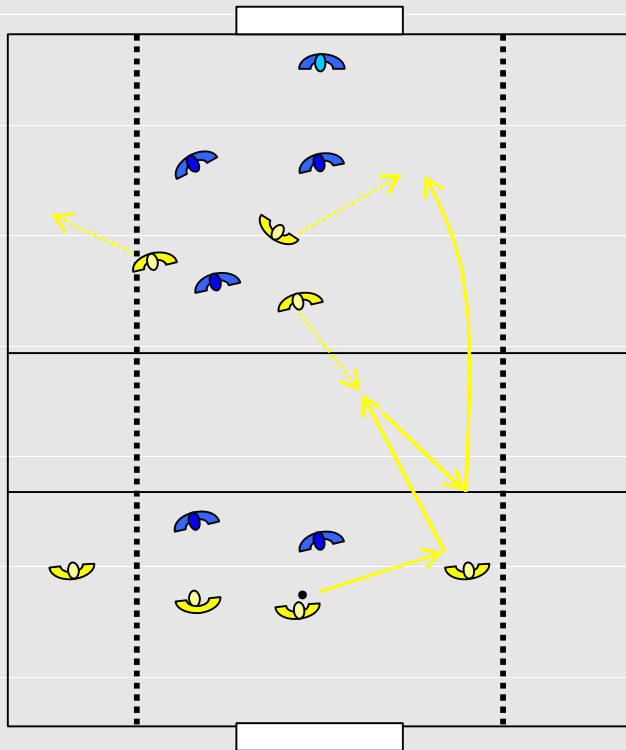
Variantes :

⊞ L'équipe qui attaque doit passer par les 3 couloirs avant de marquer.

Situation 6 Le jeu long pour créer le décalage.

Objectif : Coordination des passes longues et des appels.

Objectif secondaire : contrôles orientés – conduites – jeu sans ballon...



Mise en place :

2 équipes de 7 et 6 joueurs dont un gardien..

Matériel :

Couppelles de repères pour délimiter les limites et les couloirs..

Source de ballons derrière les buts.

Séries/Répétitions:

6mn par séquence.

Consignes :

L'équipe "jaune" composée de 4 défenseurs en zone défensive et de 3 attaquants en zone offensive dispose de 10 actions (10 attaques de suite) pour marquer au moins 2 buts. Elle fait face à l'équipe "bleue" : 2 attaquants et 3 défenseurs + un gardien.

Son attaque doit passer par la zone centrale, décrochage d'un attaquant suivi d'une passe longue (signal pour les appels). Si le jeu est fermé, le défenseur peut revenir en arrière et faire tourner pour trouver une autre opportunité.

Les deux défenseurs centraux restent dans l'axe et défendent ensemble (principe de la zone).

Critères de réussite/Buts :

- Marquer 2 buts en 10 possessions.

Critères de réalisation/Corrections :

[Ce qu'il y a à apprendre : cf principes généraux](#)

#### Pour l'équipe qui attaque

Æ enchaîner rapidement contrôle ou passe.

Æ voir loin et vite (lire les appels.)

Æ se démarquer dans le bon timing (lorsque le porteur contrôle puis lève la tête)

Æ être patient, faire tourner rapidement le ballon puis jouer vers l'avant.

Æ la passe en retrait : signal pour les appels (diagonale, profondeur, arc de cercle, latéral...); précéder ce mouvement d'un faux appel pour feinter les défenseurs.

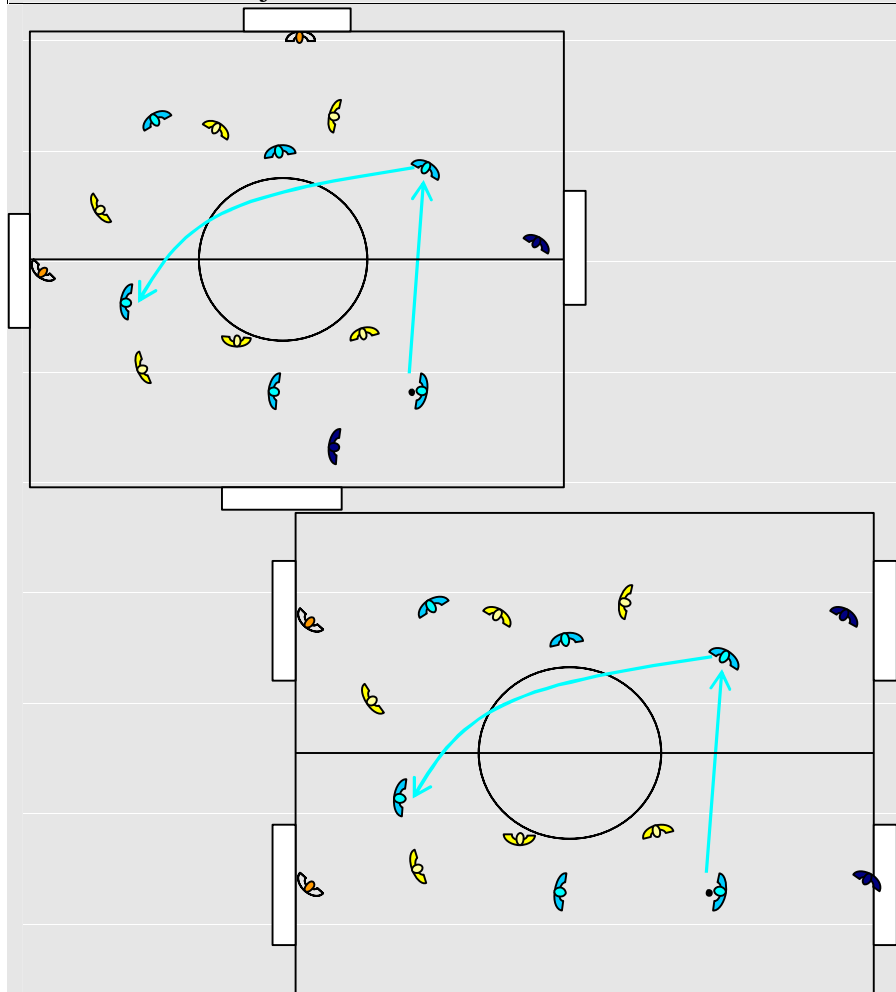
Variantes :

⊕ Interdiction aux défenseurs de pénétrer dans les couloirs latéraux.

## Situation 7 Le jeu long.

Objectif : Fixer d'un côté puis renverser de l'autre.

Objectif secondaire : contrôles orientés – conduites – jeu sans ballon...



Consignes :

Chaque équipe attaque et défend deux buts. Zone centrale (ici le rond central) interdite aux joueurs.

Critères de réussite/Buts :

- Marquer plus de buts que l'adversaire.

Critères de réalisation/Corrections :

[Ce qu'il y a à apprendre](#) : cf principes généraux

### Pour l'équipe qui attaque

Æ enchaîner rapidement contrôle ou passe.

Æ si la densité de joueur est trop importante devant un but –basculer le jeu par une passe longue.

Æ voir loin et vite (lire les appels.)

Æ se démarquer dans le bon timing (lorsque le porteur contrôle puis lève la tête)

Æ être patient.

Variantes :

Æ Placer 2 buts du même côté.

*Mise en place :*

*2 équipes de 8 joueurs dont deux gardiens.*

*Matériel :*

*Coussinets de repères pour délimiter les limites et les couloirs.*

*Source de ballons derrière les buts.*

*Séries/Répétitions:*

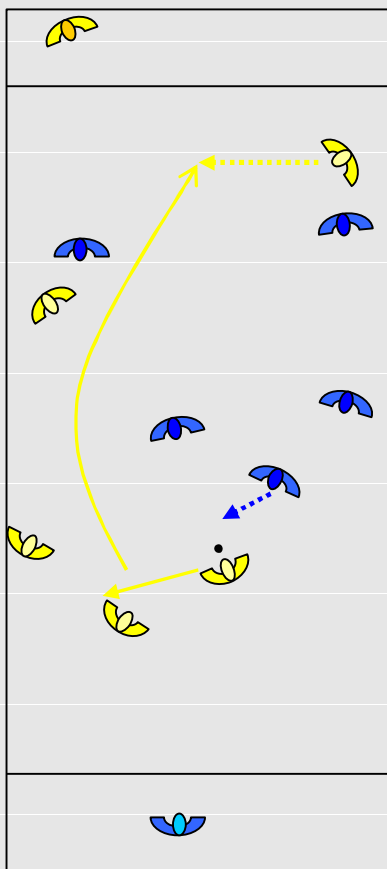
*6mn par séquence.*



Situation 8 Le jeu long.

Objectif : Jeu court puis chercher la profondeur.

Objectif secondaire : contrôles orientés – conduites – jeu sans ballon...



Consignes :

Balle au capitaine. 5c5 ; un point à chaque fois que le ballon est contrôlé par le capitaine.

Critères de réussite/Buts :

- Marquer plus de buts que l'adversaire.

Critères de réalisation/Corrections :

[Ce qu'il y a à apprendre : cf principes généraux](#)

**Pour l'équipe qui attaque**

Æ enchaîner rapidement contrôle ou passe.

Æ le jeu en déviation – jeu aérien.

Æ voir loin et vite (lire les appels.)

Æ se démarquer dans le bon timing (lorsque le porteur contrôle puis lève la tête)

Æ être patient avant de jouer long (ne pas balancer).

---

Variantes :

Æ Jouer sans capitaine mais en stop ball.

---